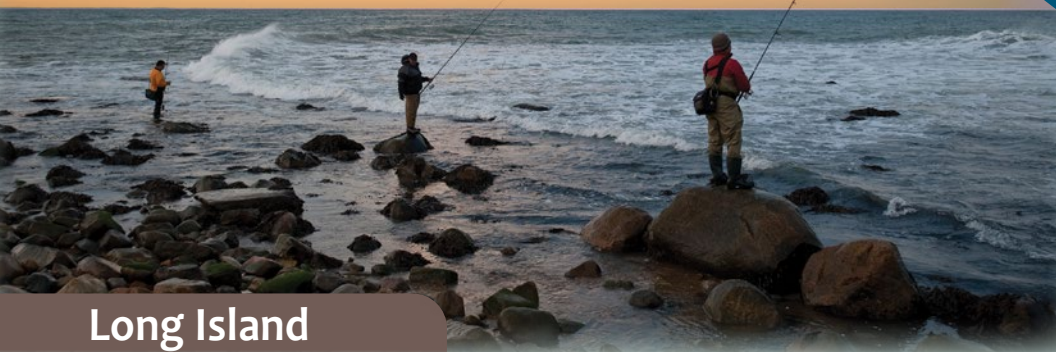


Złap najnowsze zalecenia.

health.ny.gov/fish

**ZAWIERA
MAPY**



Long Island

Zalecenia zdrowotne dotyczące jedzenia samodzielnie łowionych ryb



New York City

Dlaczego istnieją zalecenia

Łowienie ryb to znakomita rozrywka, a ryby stanowią istotny element zdrowego żywienia. Ryby zawierają wysokowartościowe białka, niezbędne substancje odżywcze, zdrowe oleje rybne oraz niską zawartość tłuszczów nasyconych. Jednak niektóre ryby zawierają substancje chemiczne w ilościach, które mogą być szkodliwe dla zdrowia. Aby pomóc ludziom w dokonywaniu zdrowszych wyborów w zakresie spożywanych ryb, New York State Department of Health publikuje zalecenia dotyczące spożywania samodzielnie poławianych ryb. Zalecenia zdrowotne dotyczące rodzajów ryb, które można spożywać, zależą od następujących czynników:



Gdzie łowisz (patrz mapy w środku)

Ryby z akwenów wodnych położonych w pobliżu obszarów działalności ludzkiej i źródeł zanieczyszczeń są znacznie bardziej podatne na skażenie niż te poławiane w odległych wodach morskich. **W obszarze New York City/Long Island (NYC/LI), ryby pochodzące z Long Island Sound lub oceanu są w mniejszym stopniu zanieczyszczone.**

Kim jesteś



W przypadku kobiet w wieku rozrodczym (poniżej 50 lat) i dzieci poniżej 15. roku życia zaleca się ograniczenie spożycia określonego rodzaju ryb i częstotliwości ich spożywania. Kobiety spożywające zanieczyszczone w wysokim stopniu ryby i które zjadają w ciąży, mogą być narażone na urodzenie dzieci, które będą wolniej się rozwijać i uczyć. Substancje chemiczne mogą mieć większy wpływ na rozwój małych dzieci i płodów. Niektóre substancje chemiczne mogą być także przekazywane w mleku matki.

Kobiety w wieku poza rozrodczym oraz mężczyźni są w mniejszym stopniu narażeni na ryzyko zdrowotne związane z niektórymi substancjami chemicznymi. Z tego powodu, niniejsze zalecenia w przypadku kobiet po 50. roku życia i mężczyzn powyżej 15. roku życia przewidują możliwość spożywania ryb w szerszej różnorodności i z większą częstotliwością (zob. tabele na s. 3–12).

Co łowisz

Istnieją specjalne zalecenia dotyczące ograniczenia lub rezygnacji ze spożycia określonego rodzaju ryb z obszaru NYC/LI (zob. tabele na s. 3-12). Pewne gatunki (rodzaje ryb) charakteryzują się wyższymi zawartościami substancji chemicznych niż inne. Zasadniczo, mniejsze ryby są mniej zanieczyszczone od większych, starszych ryb danego gatunku.



Zagrożenia dla zdrowia

W wodach obszaru New York City i wodach morskich Long Island do głównych zagrożeń chemicznych zalicza się polichlorowane bifenyle (PNB), PFAS, dioksyny oraz kadm. W wodach słodkich Long Island główną substancją chemiczną jest chlordan oraz PFAS. Wymienione substancje chemiczne gromadzą się z biegiem czasu w organizmie człowieka. Problemy zdrowotne, które mogą być skutkiem spożywania substancji chemicznych zawartych w rybach, obejmują zarówno niewielkie i trudne do wykrycia zmiany zdrowotne, jak i wady wrodzone oraz nowotwory. (Więcej informacji pod adresem www.health.ny.gov/fish).

Wskazówki dotyczące zdrowszego odżywiania

- Nie zjadaj miękkiej „zielonej substancji” (zwanej tomalley, musztardą, wątroba lub wątrobotrzustką) znajdującej się wewnątrz ciała krabów i homarów, a także wyrzucaj pozostały podczas gotowania płyn. Tomalley może zawierać znaczne ilości substancji chemicznych, w tym polichlorowanych bifenyli (PNB), dioksyn oraz kadmu.
- Powierzchnie zewnętrzne lub wewnątrz mogą stanowić siedliska bakterii, wirusów lub pasożytów. Złowione ryby przechowuj w niskiej temperaturze. Podczas patroszenia i usuwania skóry zakładaj rękawice. Podczas przygotowywania ryb często myj ręce i używane powierzchnie, zaś surowe produkty trzymaj oddzielnie. Przed jedzeniem dokładnie gotuj ryby i skorupiaki.
- Staraj się rozłożyć w czasie spożywane porcje rybne. Na przykład, jeśli zalecana miesięczna ilość posiłków z ryb wynosi cztery, nie zjadaj ich w ciągu jednego tygodnia. Dotyczy to w szczególności kobiet i małych dzieci.



Więcej wskazówek dotyczących zdrowszego odżywiania można znaleźć na stronie 13.

GÓRNA Zatoka NYC, rzeki i strumienie

Akwen wodny	Ryba	Mężczyźni: 15 lub więcej, kobiety: 50 lub więcej	Kobiety poniżej 50 lat i dzieci poniżej 15 lat
	American eel	NIE SPOŻYWAĆ	NIE SPOŻYWAĆ
	Atlantic needlefish	Maks. 1 posiłek/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ
	Blue crabs	Maks. 6 krabów/tydzień NIE SPOŻYWAĆ tomalley	NIE SPOŻYWAĆ
	Bluefish	Maks. 1 posiłek/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ
	Carp	Maks. 1 posiłek/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ
	Channel catfish	NIE SPOŻYWAĆ	NIE SPOŻYWAĆ
	Gizzard shad	NIE SPOŻYWAĆ	NIE SPOŻYWAĆ
Arthur Kill	Goldfish	Maks. 1 posiłek/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ
Bronx River	Rainbow smelt	Maks. 1 posiłek/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ
East River			
Gowanus Canal			
Harlem River			
Hudson River na południe od Mario Cuomo Bridge (Tappan Zee)	Striped bass	NIE SPOŻYWAĆ: Newark Bay, Arthur Kill, Kill Van Kull	NIE SPOŻYWAĆ
Kill Van Kull			
Newark Bay			
Newtown Creek			
Raritan Bay na zachód od Wolfe's Pond Park	White catfish	NIE SPOŻYWAĆ: Newark Bay, Arthur Kill, Kill Van Kull, Upper New York Bay, Western Raritan Bay	NIE SPOŻYWAĆ
Upper New York Bay			
	White perch	Maks. 1 posiłek/miesiąc: z pozostałych akwenów wodnych wymienionych z lewej strony	NIE SPOŻYWAĆ
	Tomalley krabów i homarów	NIE SPOŻYWAĆ	NIE SPOŻYWAĆ
	Pozostałe niewyszczególnione ryby	Maks. 4 posiłki/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ

Sprawdź stronę internetową DEC, aby uzyskać dostęp do aktualizowanych regulacji prawnych i specjalnych ograniczeń dla określonych gatunków: www.dec.ny.gov/outdoor/fishing.html.

Informujemy, że we wszystkich zbiornikach świeżej wody w parkach New York City można dokonywać połowów tylko na zasadzie złów i wypuścić i nie są one regularnie monitorowane pod kątem zanieczyszczeń. W celu uzyskania dodatkowych informacji należy odwiedzić stronę: <http://www.eregulations.com/newyork/fishing/special-regulations-waters-new-york-city/>



Co z kwestią wód dopływowych i akwenów połączonych?

Niniejsze zalecenia zdrowotne dotyczą także dopływów i akwenów połączonych w przypadku braku zapór wodnych, wodospadów lub barier uniemożliwiających rybom przemieszczanie się w górę rzeki. Wynika to z faktu, że substancje chemiczne pozostają w organizmach ryb w momencie ich przemieszczania się z jednego zbiornika wodnego do innego. Jeśli nie masz pewności co do kwestii ewentualnych barier dla ryb w pobliżu miejsc Twoich połowów, skontaktuj się telefonicznie z najbliższym biurem DEC wyszczególnionym na odwrocie niniejszej ulotki.

DOLNA Zatoka NYC, ocean i cieśnina

Akwen wodny	Ryba	Mężczyźni: 15 lub więcej, kobiety: 50 lub więcej	Kobiety poniżej 50 lat i dzieci poniżej 15 lat
Atlantic Ocean Jamaica Bay (z wyłączeniem Paerdegat Basin) Long Island Sound Lower New York Bay Raritan Bay na wschód od Wolfe's Pond Park	American eel	Maks. 4 posiłki/miesiąc	Maks. 1 posiłek/miesiąc
	Bluefish	Maks. 4 posiłki/miesiąc	Większe niż 20" (ok. 51 cm), maks. 1 posiłek/miesiąc; mniejsze niż 20" (ok. 51 cm), maks. 4 posiłki/miesiąc
	Striped bass	Maks. 4 posiłki/miesiąc	Maks. 1 posiłek/miesiąc
	Weakfish	Większe niż 25" (ok. 63,8 cm), maks. 1 posiłek/miesiąc; mniejsze niż 25" (ok. 63,5 cm), maks. 4 posiłki/miesiąc	Większe niż 25" (ok. 63,8 cm), NIE SPOŻYWAĆ; mniejsze niż 25" (ok. 63,8 cm), maks. 1 posiłek/miesiąc
	Tomalley krabów i homarów	NIE SPOŻYWAĆ	NIE SPOŻYWAĆ
Pozostałe niewyszczególnione ryby	Przestrzegaj porad FDA: www.fda.gov/fishadvice		
Paerdegat Basin* (i obszar do 200 jardów / 180 metrów od ujścia w Jamaica Bay)	Wszystkie ryby, wszystkie kraby	NIE SPOŻYWAĆ	NIE SPOŻYWAĆ

* Zalecenia dotyczące Paerdegat Basin zostały opublikowane w odpowiedzi na wyciek, który doprowadził do uwolnienia do tych wód materiałów zawierających polichlorowane bifenyle. Prowadzone jest badanie środowiskowe mające na celu ocenę ewentualnej obecności zanieczyszczeń w tym basenie wodnym. Na stronie www.health.ny.gov/fish można sprawdzić, czy zalecenie to nadal obowiązuje.

Sprawdź stronę internetową DEC, aby uzyskać dostęp do regulacji prawnych i specjalnych ograniczeń dla określonych gatunków: www.dec.ny.gov/outdoor/fishing.html.

Informujemy, że we wszystkich zbiornikach świeżej wody w parkach New York City można dokonywać połowów tylko na zasadzie złów i wypuść i nie są one regularnie monitorowane pod kątem zanieczyszczeń. W celu uzyskania dodatkowych informacji należy odwiedzić stronę: <http://www.eregulations.com/newyork/fishing/special-regulations-waters-new-york-city/>

Przypominamy także, że na wszystkich wodach obszaru New York City istnieje zakaz połowu skorupiaków (małży jadalnych, omułków, ostryg czy przegrzebków). Informacje na temat połowu skorupiaków w wodach Long Island można znaleźć na stronie www.dec.ny.gov/outdoor/345.html.

Odwiedź stronę www.health.ny.gov/fish, aby uzyskać informacje o aktualnych zaleceniach dotyczących ryb.



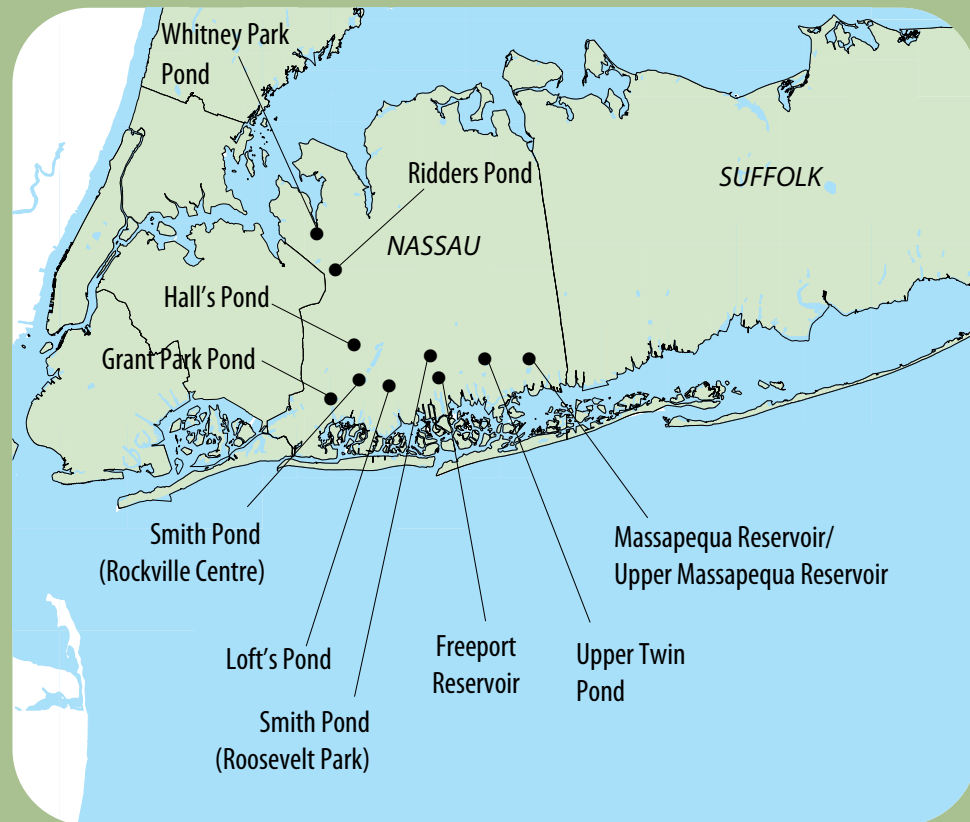
Akweny wodne wyszczególnione w tabeli (strona 5) zostały oznaczone na tej mapie pogrubioną czcionką.

Najczęściej występujące ryby w wodach morskich NYS



Wody słodkie Long Island - Hrabstwo Nassau

Akwen wodny	Ryba	Mężczyźni: 15 lub więcej, kobiety: 50 lub więcej	Kobiety poniżej 50 lat i dzieci poniżej 15 lat
Wszystkie wody słodkie NIEWYSZCZEGÓLNIONE poniżej	Wszystkie ryby	Maks. 4 posiłki/miesiąc	Maks. 4 posiłki/miesiąc
Freeport Reservoir	Carp	Maks. 1 posiłek/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ
	Wszystkie pozostałe ryby	Maks. 4 posiłki/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ
Grant Park Pond	Carp	Maks. 1 posiłek/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ
	Wszystkie pozostałe ryby	Maks. 4 posiłki/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ
Hall's Pond	Carp, Goldfish	NIE SPOŻYWAĆ	NIE SPOŻYWAĆ
	All other fish	Maks. 4 posiłki/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ
Lofts Pond	Carp, Goldfish	Maks. 1 posiłek/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ
	Wszystkie pozostałe ryby	Maks. 4 posiłki/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ
Massapequa Reservoir, w górę nurtu od Long Island Railroad	Carp, White perch	Maks. 1 posiłek/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ
	Wszystkie pozostałe ryby	Maks. 4 posiłki/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ
Ridders Pond	Goldfish	NIE SPOŻYWAĆ	NIE SPOŻYWAĆ
	Wszystkie pozostałe ryby	Maks. 4 posiłki/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ
Smith Pond, Rockville Centre	White perch	Maks. 1 posiłek/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ
	Wszystkie pozostałe ryby	Maks. 4 posiłki/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ
Smith Pond, Roosevelt Park	Carp, Goldfish	Maks. 1 posiłek/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ
	American eel	NIE SPOŻYWAĆ	NIE SPOŻYWAĆ
	Wszystkie pozostałe ryby	Maks. 4 posiłki/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ
Upper Twin Pond	American eel, Carp	Maks. 1 posiłek/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ
	Wszystkie pozostałe ryby	Maks. 4 posiłki/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ
Whitney Park Pond	Carp, Goldfish	Maks. 1 posiłek/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ
	Wszystkie pozostałe ryby	Maks. 4 posiłki/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ



Zdjęcia innych gatunków ryb słodkowodnych można znaleźć na stronach 9–10.

Co z kwestią wód dopływowych i akwenów połączonych?

Niniejsze zalecenia zdrowotne dotyczą także dopływów i akwenów połączonych w przypadku braku zapór wodnych, wodospadów lub barier uniemożliwiających rybom przemieszczanie się w górę rzeki. Wynika to z faktu, że substancje chemiczne pozostają w organizmach ryb w momencie ich przemieszczania się z jednego zbiornika wodnego do innego. Jeśli nie masz pewności co do kwestii ewentualnych barier dla ryb w pobliżu miejsc Twoich połowów, skontaktuj się telefonicznie z najbliższym biurem DEC wyszczególnionym na odwrocie niniejszej ulotki.

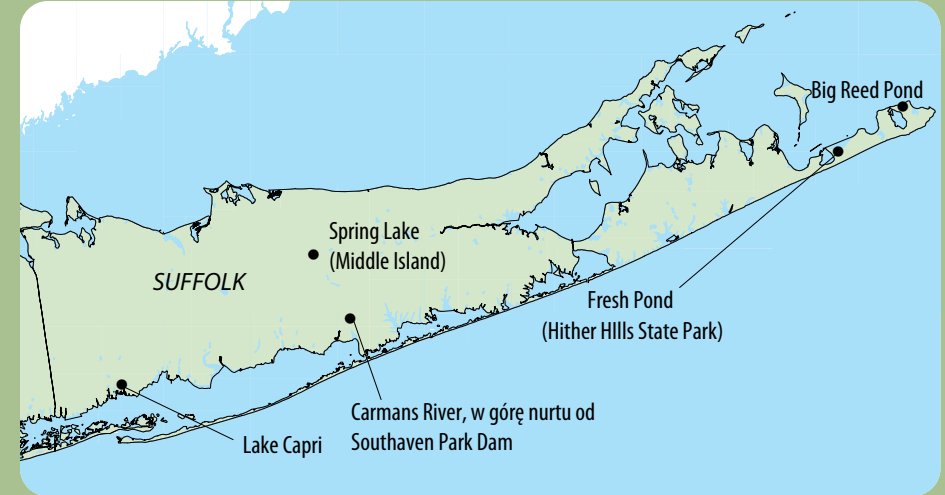
Sprawdź stronę internetową DEC, aby uzyskać dostęp do regulacji prawnych i specjalnych ograniczeń dla określonych gatunków: www.dec.ny.gov/outdoor/fishing.html.

Odwiedź stronę www.health.ny.gov/fish, aby uzyskać informacje o aktualnych zaleceniach dotyczących ryb.

Wody słodkie Long Island - Hrabstwo Suffolk

Akwen wodny	Ryba	 Mężczyźni: 15 lub więcej, kobiety: 50 lub więcej	 Kobiety poniżej 50 lat i dzieci poniżej 15 lat
Wszystkie wody słodkie NIEWYSZCZEGÓL-NIONE poniżej	Wszystkie ryby	Maks. 4 posiłki/miesiąc	Maks. 4 posiłki/miesiąc
Big Reed Pond	Largemouth bass	Maks. 1 posiłek/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ
	Wszystkie pozostałe ryby	Maks. 4 posiłki/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ
Carmans River, w górę nurtu od Southaven Park Dam	American eel	Maks. 1 posiłek/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ
	Brown Bullhead ¹	Maks. 4 posiłki/miesiąc	Maks. 4 posiłki/miesiąc
	Wszystkie pozostałe ryby	Maks. 4 posiłki/miesiąc	Maks. 1 posiłek/miesiąc
Fresh Ponds, Hither Hills State Park	Largemouth bass	Większe niż 15" (ok. 38 cm), maks. 1 posiłek/miesiąc; mniejsze niż 15" (ok. 38 cm), maks. 4 posiłki/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ
	Wszystkie pozostałe ryby	Maks. 4 posiłki/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ
Lake Capri	American eel, Carp	Maks. 1 posiłek/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ
	Wszystkie pozostałe ryby	Maks. 4 posiłki/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ
Spring Lake, Middle Island	Carp, Goldfish	NIE SPOŻYWAĆ	NIE SPOŻYWAĆ
	Wszystkie pozostałe ryby	Maks. 4 posiłki/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ

¹ Ryby to dobry wybór dla całej rodziny. Więcej informacji na temat sposobu przygotowywania zaleceń można znaleźć na stronie www.health.ny.gov/fish/background.htm.



Co z kwestią wód dopływowych i akwenów połączonych?

Niniejsze zalecenia zdrowotne dotyczą także dopływów i akwenów połączonych w przypadku braku zapór wodnych, wodospadów lub barier uniemożliwiających rybom przemieszczanie się w górę rzeki. Wynika to z faktu, że substancje chemiczne pozostają w organizmach ryb w momencie ich przemieszczania się z jednego zbiornika wodnego do innego. Jeśli nie masz pewności co do kwestii ewentualnych barier dla ryb w pobliżu miejsc Twoich połowów, skontaktuj się telefonicznie z najbliższym biurem DEC wyszczególnionym na odwrocie niniejszej ulotki.

Sprawdź stronę internetową DEC, aby uzyskać dostęp do regulacji prawnych i specjalnych ograniczeń dla określonych gatunków: www.dec.ny.gov/outdoor/fishing.html.



American eel



Black crappie



Bluegill sunfish



Pumpkinseed sunfish



Smallmouth bass



Rainbow trout



Brown bullhead



Brown trout



Carp



Walleye



White perch



Yellow perch



Chain pickerel



Goldfish



Largemouth bass

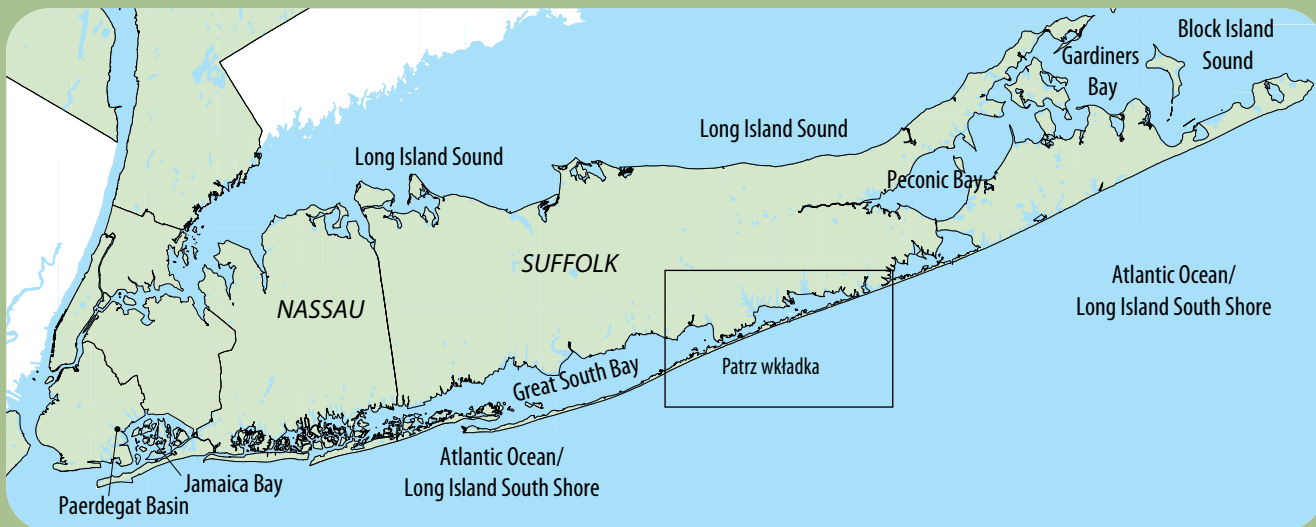
Odwiedź stronę www.health.ny.gov/fish, aby uzyskać informacje o aktualnych zaleceniach dotyczących ryb.

Wody morskie Long Island

Akwen wodny	Ryba	Mężczyźni: 15 lub więcej, kobiety: 50 lub więcej	Kobiety poniżej 50 lat i dzieci poniżej 15 lat
Atlantic Ocean Block Island Sound Gardiners Bay Jamaica Bay (z wyłączeniem Paerdegat Basin) Long Island Sound Long Island South Shore (z wyjątkiem odcinków pływowych Carmans River, Forge River i Quantuck Creek) Peconic Bay	American eel	Maks. 4 posiłki/miesiąc	Maks. 1 posiłek/miesiąc
	Bluefish	Maks. 4 posiłki/miesiąc	Maks. 1 posiłek/miesiąc
	Striped bass	Maks. 4 posiłki/miesiąc	Maks. 1 posiłek/miesiąc
	Weakfish	Większe niż 25" (ok. 63,5 cm), maks. 1 posiłek/miesiąc; mniejsze niż 25" (ok. 63,5 cm), maks. 4 posiłki/miesiąc	Większe niż 25" (ok. 63,8 cm), NIE SPOŻYWAĆ; mniejsze niż 25" (ok. 63,8 cm), maks. 1 posiłek/miesiąc
	Zielona substancja" kraba lub homara i płyn powstały podczas gotowania	NIE SPOŻYWAĆ	NIE SPOŻYWAĆ
Pozostałe niewyszczególnione ryby	Przestrzegaj porad FDA: www.fda.gov/fishadvice		
Paerdegat Basin (i obszar do 200 jardów / 180 metrów od ujścia w Jamaica Bay)	Wszystkie ryby, wszystkie kraby	NIE SPOŻYWAĆ	NIE SPOŻYWAĆ

Akwen wodny	Ryba	Mężczyźni: 15 lub więcej, kobiety: 50 lub więcej	Kobiety poniżej 50 lat i dzieci poniżej 15 lat
Carmans River , odcinek pływowy od Southaven Park Dam do Beaverdam Road (na stronie 9 znajdują się porady dotyczące Carmans River)	American eel	Maks. 1 posiłek/miesiąc	NIE SPOŻYWAĆ
	Bluefish, Striped bass	Maks. 4 posiłki/miesiąc	Maks. 1 posiłek/miesiąc
	Weakfish	Większe niż 25" (ok. 63,5 cm), maks. 1 posiłek/miesiąc; mniejsze niż 25" (ok. 63,5 cm), maks. 4 posiłki/miesiąc	Większe niż 25" (ok. 63,8 cm), NIE SPOŻYWAĆ; mniejsze niż 25" (ok. 63,8 cm), maks. 1 posiłek/miesiąc
Quantuck Creek , odcinek pływowy od Old Ice Pond do Quioque Point	Zielona substancja" kraba lub homara i płyn powstały podczas gotowania	NIE SPOŻYWAĆ	NIE SPOŻYWAĆ
Forge River , odcinek pływowy od Montauk Highway Dam do Masury Point	Pozostałe niewyszczególnione ryby	Przestrzegaj porad FDA: www.fda.gov/fishadvice	Maks. 1 posiłek/miesiąc

* Zalecenia dotyczące Paerdegat Basin zostały opublikowane w odpowiedzi na wyciek, który doprowadził do uwolnienia do tych wód materiałów zawierających polichlorowane bifenyle. Prowadzone jest badanie środowiskowe mające na celu ocenę ewentualnej obecności zanieczyszczeń w tym basenie wodnym. Na stronie www.health.ny.gov/fish można sprawdzić, czy zalecenie to nadal obowiązuje.



Wskazówki umożliwiające ograniczenie PCB, chlordanu, dieldryny i dioksyn

- Wyższe poziomy polichlorowanych bifenyli (PCB), chlordanu, dieldryny i dioksyn można znaleźć w rybnym tłuszczu. Ogranicz tłuszcz dzięki właściwemu patroszeniu, zdejmowaniu skóry i gotowaniu złowionych ryb:

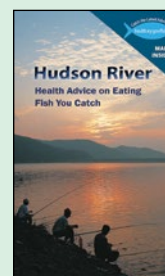


- Gotowanie lub namaczanie ryb nie jest w stanie usunąć substancji chemicznych, jednak ciepło podczas gotowania pozwala wytopić część tłuszczu. Wypatroszone, pozbawione skóry ryby opiekaj, grilluj lub piecz w piekarniku na stelażu, aby umożliwić odpływ tłuszczu. Nie używaj uzyskanego w ten sposób tłuszczu do sosów.
- Aby zmniejszyć narażenie na PCB, chlordan, dieldrynę i dioksyny, unikaj lub spożywaj mniej American eel, bluefish, carp, striped bass, white and channel catfish i white perch, ponieważ ryby te często mają wyższe stężenia zanieczyszczeń.

Wskazówki pozwalające unikać rtęci

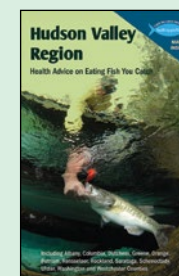
- Jedynym sposobem ograniczenia ilości rtęci z ryb jest unikanie pewnych gatunków lub spożywanie mniejszych ryb danego gatunku.
- W celu uniknięcia narażenia na działanie rtęci w rybach słodkowodnych należy unikać lub spożywać mniej gatunków, takich jak largemouth i smallmouth bass, northern pike, i większy walleye i yellow perch, ponieważ zawarte w nich stężenie rtęci jest większe.
- W celu uniknięcia narażenia na działanie rtęci w rybach morskich należy przestrzegać wytycznych dotyczących ryb z supermarketów, dostępnych na stronie www.fda.gov/fishadvice dla gatunków, takich jak striped bass, bluefish, black sea bass, rockfish i weakfish.
- Rtęć znajduje się w tkance mięśniowej ryb (części, którą spożywamy), a nie w tłuszczu i skórze. Patroszenie i zdejmowanie skóry nie zmniejszy ilości rtęci w posiłku rybnym.

Inne dostępne bezpłatne publikacje:



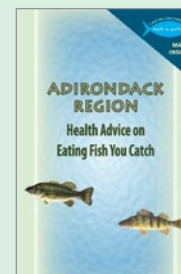
Zalecenia dla Hudson River

Zalecenia dla strefy od Hudson Falls do New York City Battery



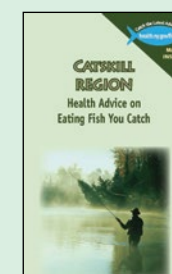
Zalecenia dla Hudson Valley

Zalecenia dla hrabstw Albany, Columbia, Dutchess, Greene, Orange, Putnam, Rensselaer, Rockland, Saratoga, Schenectady, Ulster, Washington i Westchester



Zalecenia dla regionu Adirondack

Zalecenia dla okręgów Clinton, Essex, Franklin, Fulton, Hamilton, Herkimer, Lewis, Saratoga, St. Lawrence, Warren i Washington Counties



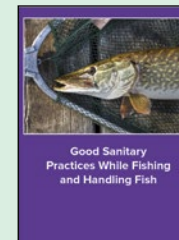
Zalecenia dla regionu Catskill

Zalecenia dla okręgów Delaware, Greene, Sullivan i Ulster



Przewodnik dotyczący gotowania i spożywania blue crab w New York State

Zalecenia dotyczące blue crab dla Hudson River, New York City i Long Island



Dobre praktyki sanitarne podczas połowu i obróbki ryb

Informacje na temat połowu i gotowania ryb złowionych w wodach zawierających mikroorganizmy

Przeglądanie i zamawianie publikacji online: www.health.ny.gov/fish/publications.htm

Ryby ze sklepów i restauracji



Amerykańska Food and Drug Administration (FDA) (Agencja ds. Żywności i Leków) odpowiada za regulacje dotyczące handlu rybami na rynkach. Z powodu obaw dotyczących rtęci FDA i Environmental Protection Agency (Amerykańska Agencja Ochrony Środowiska, EPA) zaleca unikanie spożywania ryb, takich jak shark, swordfish, king mackerel, tuna (bigeye), marlin, orange roughy i tilefish przez kobiety w ciąży, kobiety planujące zajść w ciążę, karmiące matki i małe dzieci.

W celu uzyskania dodatkowych informacji należy odwiedzić stronę www.fda.gov/fishadvice lub www.epa.gov/fishadvice.

Więcej informacji

Zalecenia New York State dotyczące ryb

Department of Health
(Departament Zdrowia, NYS DOH)
www.health.ny.gov/fish
(518) 402-7800
(800) 458-1158
BTSA@health.ny.gov

Połowy ryb na obszarze wód morskich

DEC Bureau of Marine Resources
(Biuro ds. Zasobów Morskich)
(631) 444-0430
FW.Marine@dec.ny.gov

Połowy ryb na terenie New York State

Department of Environmental Conservation (Departament Ochrony Środowiska, NYS DEC)
www.dec.ny.gov/outdoor/fishing.html

Region 1 DEC — Long Island
(hrabstwa Nassau/Suffolk)
(631) 444-0280
fwfish1@dec.ny.gov

Region 2 DEC — New York City
(Brooklyn, Bronx, Manhattan, Queens & SI)
(718) 482-4922
fwfish2@dec.ny.gov